

# HET Festival.NU

Zaterdag  
3 Oktober

Transformatie &  
Muziek

Elke eerste  
zaterdag  
van de maand

Plaza Danza in Groningen

## Transformatie en Muziek

*Waar de danser verdwijnt en de stilte verschijnt  
De tijdloze weg van de dans*

15.30 Zaal open

16.00-18.00 Trance Dance; Een oeroud ritueel van transformatie  
Laat je meevoeren op je eigen ritme, je eigen hartslag.  
Met live muziek van trommels, gitaar, bellen, didgeridoo, ratels en de hangdrum  
dans je je eigen dans.

*Met je ogen dicht en een bewuste ademhaling laat je je meeslepen op de ritmes  
en de muziek.*

*Je komt in een droomsfeer waarin spanningen oplossen en emoties helder  
worden.*

*Je gedachten verstillen en je kunt de eenheid met je lichaam ervaren*

Met Wiebe van Wijk, Hanno Drevel, Henk Moelker, Arno Staal, Fred Appeldoorn,  
Luuk Moelker, Willem Deetman en Ingrid Koetzier.

18.30- 20.00 Marrokaans drie gangen menu verzorgt door Kichary  
Harira, Couscous, Loebia met saffraan, Zaalouk en aubergine, salades,  
abrikozencreme en meer.....

20.00-21.00 Lezing van Yantra

20.00- 21.00 Chackra sound meditatie; Donna van der Steeg  
Muziek raakt bij uitstek ons gevoel.

Door meditatie verhogen we die sensitiviteit.

Voor en na de meditatie is er het Heart to Heart spel om te versterken wat er  
gebeurt.

21.00- 22.00 Film over extase via muziek en dans met o.a. Gabriella Roth

22.00- 24.00 Satsangregistratie;  
En dan is daar altijd weer die stilte..

21.00- 00.00 Swingen met DJ Ingrid Koetzier  
To the universe belongs the dancer.

Zaterdag 3 oktober

van 16.00- 01.00 uur

Plaza Danza , Boterdiep 20 a, 9712 LN Groningen.

In de voorverkoop dagkaart 22 euro ,overmaken op rek no 52 63 05 525

Eissingeheim Zandweer tav Festival oktober.

Reservering moet binnen zijn op do 1 oktober.

Graag tevens een mail via [www.HETFestival.NU](http://www.HETFestival.NU) ter bevestiging.

[www.hetfestival.nu](http://www.hetfestival.nu)

Fotografie en ontwerp; Ellesfotocreatie en Ingrid Koetzier